

『つくばみらい市立コミュニティセンター講座』受講生募集

## キッズジュニアエアロビック

人気のキッズジュニアエアロビック講座の冬期がスタートします。

- ☆音楽のビートやリズムに合わせて全身を使って踊るエアロビックダンス
- ☆基礎体力の向上や柔軟性、そしてバランス感覚やリズム感などを養います。
- ☆積極性・自主性・協調性など心の成長にも効果的なスポーツです。
- ☆あわせてブリッジや側転、壁倒立にもチャレンジします。

講師 公益財団法人日本スポーツ協会公認エアロビックコーチ

小島 友美

日時 11月5日(金)/ 11月12日(金)/11月19日(金) /11月26日(金)  
 12月10日(金)/12月17日(金)/12月24日(金)  
 各回 17:00~18:00

会場 板橋コミュニティセンター 多目的室

対象 4~10歳児

受講料 全7回 3500円

定員 10名

持ち物他 動きやすい服装でお越しください

楽しくからだを  
動かそう！  
からだところの  
トレーニング！



## 【申込み方法】

みらい平・板橋コミュニティセンター事務室にて受付します。  
 申込み用紙に必要事項を記入し、お申込みください。  
 申込み用紙は事務室にあります。  
 申込み〆切日:10月29日(金)※定員になり次第締め切ります  
 定員に満たない場合開講しないこともありますので、ご了承ください。

## 【コミュニティセンター所在地】

◇みらい平コミュニティセンター	:つくばみらい市紫峰ヶ丘 4-4-1	☎0297-38-7240
◇谷井田コミュニティセンター	:つくばみらい市谷井田 1960	☎0297-57-8551
◇小絹コミュニティセンター	:つくばみらい市小絹 848	☎0297-52-0789
◇板橋コミュニティセンター	:つくばみらい市板橋 2675-1	☎0297-58-9797

